VACIO EXISTENCIAL

Decía nuestro Maestro Viktor Frankl: "La sociedad de la opulencia trae consigo una sobreabundancia de tiempo libre que ofrece, desde luego, ocasión para una configuración de la vida plena de sentido, pero que en realidad no hace sino contribuir al vacío existencial".

El vacío existencial muy extendido en el siglo XX es sinónimo del sinsentido, una sensación en la que el significado de la vida ha desaparecido y solo queda el sufrimiento, es decir cuando la persona ya no siente la motivación por ninguna actividad cotidiana. El vacío como condición humana es el sentimiento de apatía, aburrimiento, acompañado frecuentemente de un sentimiento agudo de soledad o desórdenes emocionales. Muchas veces el sentido puede verse frustrado en la medida en que las expectativas de vida no sean realizadas o sean afectados por situaciones de crisis donde no se cuenta con las herramientas adecuadas para afrontarlos. En tales situaciones, la presencia de un conjunto de sensaciones y cambios en nuestro día a día, surgen como "síntomas" de un estado de frustración existencial que afecta nuestro sentido de vida que ha sido denominado por Viktor Frankl como un "vacío existencial": "la pérdida del sentimiento de que la vida es significativa", las personas presentan "el sentimiento de que sus vidas carecen total y definitivamente de un sentido, y se ven acosados por la experiencia de un gran vacío, un sentimiento de vacío interior, una incapacidad para sentir las cosas y los seres". SAsí vemos que el vacío existencial se manifiesta como una máscara que se compensa con la voluntad de poder, de la que nos hablaba Adler , o viene a ocupar su lugar la voluntad de placer de la que nos manifestaba Freud. Esta es la razón de que la frustración existencial suele manifestarse en forma de compensación sexual y así, en los casos de vacío existencial, podemos observar que la libido sexual se vuelve agresiva. Así pues, la logoterapia está indicada no sólo en los casos noógenos, sino también en los casos psicógenos. El profesional que ejerce la logoterapia debe despertar la conciencia del doliente para ayudarle a encontrar razones de sentido sobre el dolor y la frustración, así como conducirlo al autoconocimiento de sus fuerzas y valores, y de sus limitaciones y fragilidades. La meta es que la conciencia, y las capacidades y valores que la habitan (dignidad, libertad, responsabilidad), y no la biología o la emotividad, sean las que dirija la vida de la persona.



LOGOTERAPEUTA JULIO CÉSAR TOSCANO